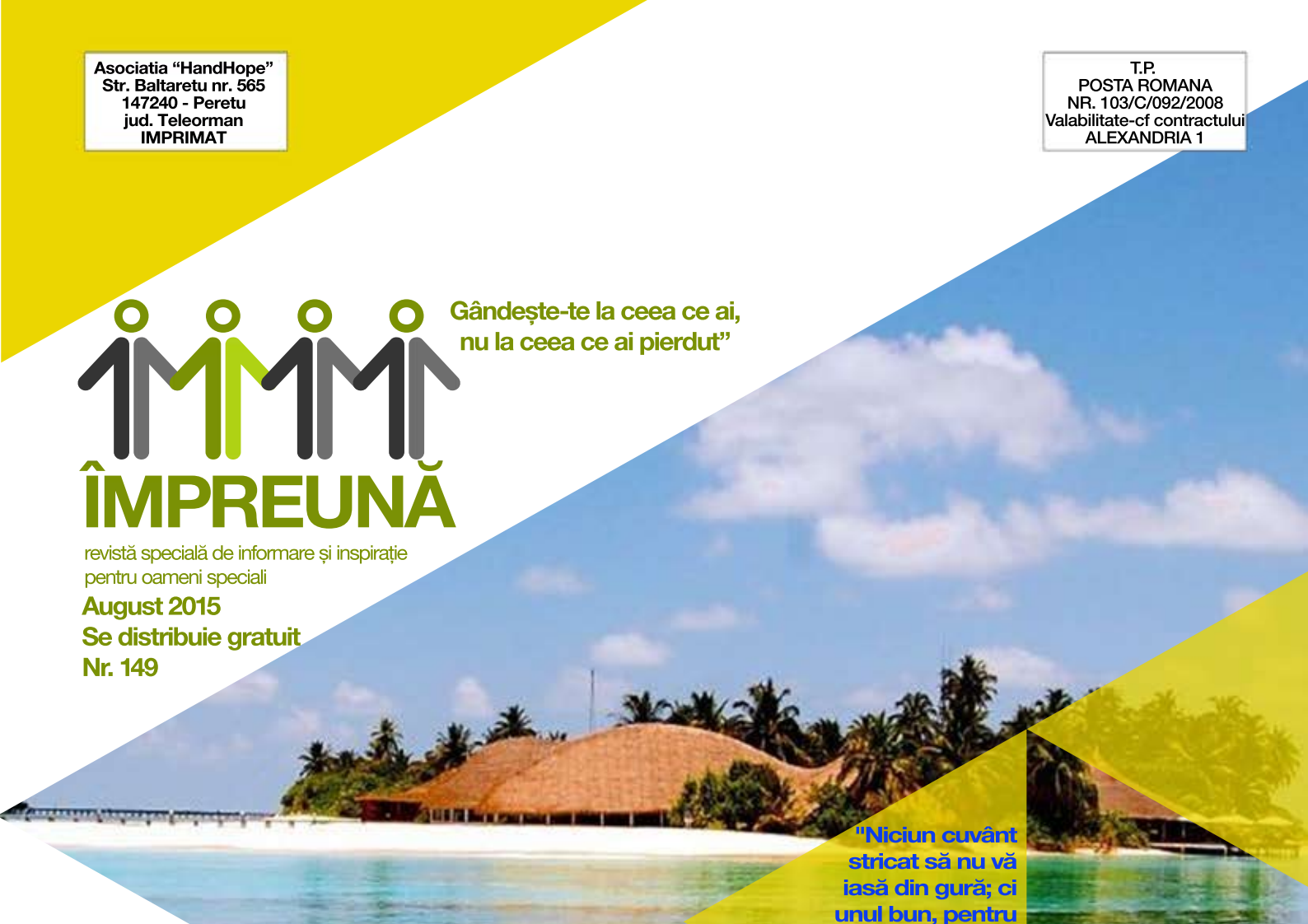
Asociatia "HandHope"
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT

T.P.
POSTA ROMANA
NR. 103/C/092/2008
Valabilitate-cf contractului
ALEXANDRIA 1

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
August 2015
Se distribuie gratuit
Nr. 149



"Niciun cuvânt stricat să nu vă iasă din gură; ci unul bun, pentru zidire, după cum e nevoie, ca să dea har celor ce-l aud."
(Efes.4, 29)

Editorial

Legea 448 se schimbă
Nici o persoană cu dizabilități nu mai plătește rovinieta

Se înlătură discriminarea între persoanele cu dizabilități încadrate în același grad de handicap.

În data de 10 iunie, 2015, Camera Deputaților a adoptat propunerea legislativă, nr. 302/2015, pentru modificarea și completarea Legii nr.448/2006 privind protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu handicap.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Țintuită în cărucior, Ana... - pag. 3
Minunea de la... - pag. 4
Ai dormi!? - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Femeia de fier (II) - pag.16

Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

Această propunere legislativă înlătură discriminarea între persoanele cu dizabilități încadrate în același grad de handicap.

Inițiatorul propunerii legislative, senatorul PSD, Șerban Nicolae a expus următoarele motive:

Legea nr. 448/2006 privind protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu handicap exprimă, în plan normativ, ansamblul de masuri prin care statul înțelege să asigure, pentru persoanele cu dizabilități, respectarea obligațiilor sale constituționale, atât cele rezultate din textul art.1 alin.(3) – România este stat de drept, democratic și social [...]-, cât mai ales din textul art. 50 prima teză – Persoanele cu handicap se bucură de protecție specială [...].

În acest sens, prin dispozițiile art.28 din actul normativ menționat, persoanele cu handicap sunt scutite de la plata tarifului de utilizare a rețelelor de drumuri naționale, prevăzut în O.G. nr. 15/2002 cu modificările și completările ulterioare, respectiv, așa-numită rovinietă.

În forma actuală, scutirea se aplică doar pentru autoturismele adaptate pentru handicap, ceea ce presupune, pe lângă faptul că adaptarea trebuie omologată în condițiile legii, ceea ce este absolut firesc și justificat, și faptul că persoana cu handicap trebuie să fie conducătorul auto al respectivului autoturism adaptat.

Or, este inexplicabil de ce, până în prezent, de această scutire beneficiază doar persoanele cu handicap posesoare de autoturism și permis de conducere.

Există numeroase persoane cu handicap grav sau accentuat: nevăzători, tetraplegici, cu membre superioare amputate s.a.- care în mod firesc au aceleași nevoi de deplasare ca ale oricărei persoane, dar care nu pot conduce un autoturism, fie din cauza handicapului, fie pentru că nu dețin permis de conducere. De regulă, această sarcină revine Însoțitorului desemnat în condițiile legii sau altor persoane, fără ca pentru asta să fie nevoie de adaptarea autovehiculului.

Consider că este absolut necesar ca de scutirea de la plata rovinietei să beneficieze și persoanele cu handicap posesoare de autoturisme, dar pe care nu le-au adaptat și pe care nu le pot conduce, mai ales în cazul persoanelor cu handicap grav sau accentuat.

Totodată, trebuie să luăm în considerare faptul că sunt situații în care, din diverse motive, posesorul autoturismului care deservește persoana cu handicap grav sau accentuat, are ca posesor pe însoțitorul legal desemnat pentru această persoană (persoanele care le au în îngrijire).

În același timp, pentru a preveni utilizarea unei asemenea scutiri de către persoane neîndreptățite, care ar fi tentate să treacă în proprietatea unei persoane cu handicap mai multe autoturisme, am propus ca acesta să se aplice pentru un singur autoturism, pentru fiecare beneficiar în parte.

Forma actuală a articolelor 26 si 28 din Legea 448/2006 este aceasta:

Legea nr.448/2006 privind protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu handicap, republicată în Monitorul Oficial în 3 ianuarie 2008, cu modificările și completările ulterioare, se modifică și se completează după cum urmează:

1. Art.26 lit. c) se modifică având următorul cuprins:

„c) scutire de la plata taxei asupra autoturismelor, motocicletelor cu ataș și mototricicluri-lor”.

2. Art. 28 se modifică și se completează având următorul cuprins:

„(1) Persoanele cu handicap, precum și însoțitorii ori, după caz, asistenții personali ai acestora, deținători de autoturisme, beneficiază de scutire a rețelei de drumuri naționale din România, aprobată cu modificări și completări prin Legea nr. 424/2002, cu modificările și completările ulterioare.

(2) Scutirea prevăzută în alineatul precedent se aplică pentru un singur autoturism deținut de fiecare persoană îndreptățită, în parte.”

Prezenta lege urmează să fie promulgată de Președintele României, Klaus Iohannis.

Publicat de: **Daniela Tontsch**

-sfârșit-

Sursa: http://observatorul.ro/Legislatie/Legea-448-se-schimba,-nicio-persoana-cu-dizabilitati-nu-mai-_2098
Preluat cu permisiune

Țintuită în cărucior, Ana are nevoie de ajutor!

Ana Bușcu

La 44 de ani, i s-au măcinat oasele șoldului și are o rană care nu i se vindecă

O femeie din Bîrla, imobilizată într-un scaun cu rotile, se luptă de ani cu o infecție la șezut și îi este teamă că organismul său fragil nu va mai rezista mult timp. Ana Bușcu are 44 de ani și, dincolo de problemele chinuitoare pe care le are, reușește să zîmbească și să spere într-o minune. În ciuda situației grele în care se află, nu s-a lăsat pradă depresiei, se îngrijește și se aranjează ca orice femeie de vîrsta sa. A ajuns în cărucior în urma unei întîmplări dramatice care a marcat-o pe viață.

Pe cînd era adolescentă, a sărit de la etajul patru al unui bloc din Mioveni de teama unui viol. A fost o fracțiune de secundă în care nu a conștientizat că se expune unui alt risc.

Paralizată din adolescență

„Aveam o prietenă, am mers împreună cu ea în acel bloc din Mioveni, unde se afla și bărbatul de 26 de ani, care a încercat să mă violeze. Aveam 17 ani, eram virgină și mi-a zis să mă dezbrac, însă i-am spus să mă lase să plec sau sar pe geam. Mi-a zis că pot să sar, iar eu, de teamă că mă va viola, am sărit de la etajul patru. A fost o fracțiune de secundă. Nu m-am gîndit la consecințe. Nici nu mi-a trecut prin cap că voi rămîne paralizată. Am avut fractură de coloană și am rămas paralizată de la brîu în jos. Îmi făcusem planuri, făcusem liceul la Mioveni, voiam să mă angajez, dar totul s-a năruit într-o clipă. Nu am mai putut merge niciodată. M-am judecat cu individul și îmi plătește o pensie de 380 de lei. Mi-a fost foarte greu să mă obișnuiesc cu ideea, am plîns foarte mult, lumea m-a marginalizat și a trebuit să mă descurc singură. Fac mîncare, curățenie, mă spăl singură, în cărucior“, ne-a spus femeia în ai cărui ochi se pot citi durerea, dar și speranța.

Riscă să facă septicemie

De parcă faptul că a fost țintuită pe viață în scaunul cu rotile nu ar fi suficient, la vreo 10 ani după tragicul incident, Anei i-au apărut răni în partea dorsală. ‘’Am fost internată la Costești, mi s-a vindecat o rană, dar apoi mi-au apărut altele. La șold mi s-au măcinat oasele și am dureri mari. Am fost la o clinică particulară din București și mi s-a spus că operația costă 2.000 de euro, iar ziua de spitalizare, 200 lei. Cu pensia de 380 de lei și indemnizația de handicap nu-mi pot permite așa ceva, mai ales că am făcut rate ca să-mi cumpăr mașină de spălat și ce-mi mai trebuia în casă, pentru a mă descurca. Am fost îndrumată către un spital de stat și pasată de la un spital la altul. La Spitalul Universitar, mi s-a spus că, dacă eram pe picioare, mi se punea proteză de șold, dar așa nu. La Fundeni, mi s-a zis că îi depășește situația mea, la Floreasca, prof. Lascăr mi-a spus că sînt un caz special și l-a sunat pe prof. Barbu care m-a pus în legătură cu un medic de la Sp. Bagdasar, unde mi s-a zis că nu au sală septică pentru mine și că trebuie să iau doi ani tratament cu antibiotice, ca să tratez infecția pentru a se putea interveni chirurgical la șold. Și la Floreasca mi s-a spus că nu au sală septică pentru mine, dar am aflat acum că o altă persoană cu aceeași problemă ca a mea a fost internată la Floreasca. Pe mine, dacă nu am bani și sînt săracă, nu m-a băgat nimeni în seamă. Am o rană care supurează, mi se văd oasele, mă dezinfectez și mă pansez singură, dar mi-e frică să nu dau în septicemie, că așa mi-au zis și profesorii din București. N-am primit nici un tratament, iau singură antibiotic și calmante“, ne-a spus Ana, care speră că se va găsi un medic să-i prescrie un tratament corespunzător pentru stoparea infecției.

Este o luptătoare

Ana locuiește într-un apartament social din Bîrla, iar de patru ani, și-a alinat singurătatea alături de un bărbat tot cu probleme de sănătate, pe care l-a cunoscut prin intermediul unei reviste pentru persoane cu dizabilități. „L-am cunoscut pe Marius, care are și el scleroză multiplă, prin revista Împreună. Am dat anunț în acea revistă, în care am spus că doresc un prieten bun, sufletist și l-am cunoscut pe el. A plecat de la București și a venit la mine. Cînd l-am cunoscut, îmi spălam hainele manual și era un chin. M-a ajutat, am făcut împrumuri și mi-am luat mașină de spălat. Ne descurcăm foarte greu cu banii, fiindcă trebuie să plătim ratele și medicamentele. Mama nu mă poate ajuta. Eu o ajut, fiindcă și ea are o pareză“, ne-a spus femeia, care este o luptătoare. Cei care o pot ajuta pot lua legătura cu Ana Bușcu la ***tel. 0726.10.36.26*** *sau pot face donații în contul deschis pe numele său, la Garanti Bank SA:*

RO11UGBI0000 192014 536 RON. BUȘCU.ANA. cont.GARANTI.BANK.S.A.

RO29UGBI0000192018853 EUR. cod.BIC/SWIFT:UGBIROBUXXX.Agenția. Pitești.

I.Ivănoiu Foto: I.Tudor

-sfârșit-

Sursa: http://www.curier.ro/index.php?option=com_content&task=view&id=69124&Itemid=375

Preluat cu permisiune

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Minunea de la Poarta Frumoasă

Adrian Neagu
Șef - birou redacție
Editura Viață și Sănătate

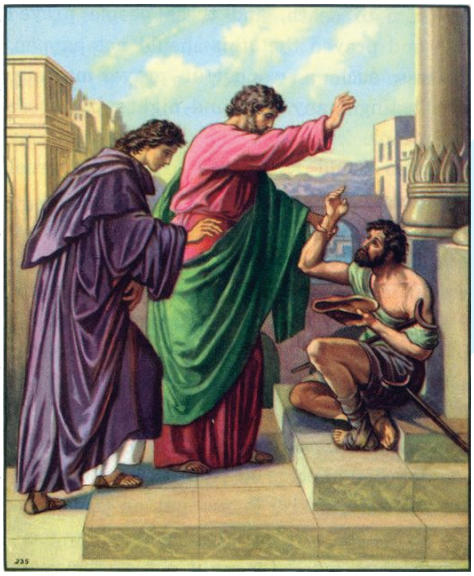
Povestea acestui om, este povestea noastră. Noi suntem ologii care stăm la poarta cerului și nu putem intra înăuntru. Picioarele noastre, fie că sunt sănătoase sau bolnave, nu ne pot purta dincolo de poarta Edenului. Lecțiile acestui pasaj din Scriptură sunt deci scrise special pentru noi. Fiecare ne putem însuși ceea ce ni se potrivește, pentru ca minunea din acea zi să se poată repeta în viața fiecăruia.

(...)

Apoi, a doua lecție vine de la slăbănog. La fel ca și el, noi nu știm de multe ori ce să cerem și care sunt nevoile noastre reale. Pentru el, tot ce aștepta erau micile monede aruncate de trecători, deși nu se putea bucura prea mult de banii pe care îi câștiga. Dar deși banii erau tot ceea ce el cerea și aștepta să primească, ei nu reprezentau principala sa nevoie. Așa că Dumnezeu nu i-a dat ce a cerut, dar i-a dat exact ceea ce a avut nevoie. (...) Chiar și atunci când îngăduie să purtăm „țepușe” în carnea noastră, ne dă harul Lui, pentru ca în noi să poată străluci pe deplin frumusețea chipului Său.

Un articol scris pe baza pasajului biblic din Faptele Apostolilor 3, 1-10

Pe poteca șerpuită ce ducea spre Ierusalim, doi oameni mergeau împreună la Templu. Era după prânz și se grăbeau să ajungă la locul de închinare în ceasul jertfei de seară. Păşeau cu hotărâre și vorbeau cu emoție despre timpul atât de frumos când Învățătorul lor drag a fost cu ei. Totul părea acum învăluit într-o nouă lumină și ar fi dorit cu ardoare să retrăiască clipele frumoase pentrecute împreună cu El. Regretau fiecare ocazie pierdută, fiecare moment irosit, fiecare vorbă spusă fără rost. Apoi, gândurile lor se îndreptau spre datoriile prezente și spre uriașa poruncă dată de Domnul lor de a duce Evanghelia până la marginile pământului. Datoria părea uriașă, imposibil de împlinit prin puterea și mijloacele lor.



Deodată, unul dintre ei, pe nume Simon, zis și Petru, se opri înainte de a intra în curtea exterioară a mărețului locaș de închinare. Erau la poarta numită „Frumoasă”, un loc deosebit prin amploarea și măreția construcției, dar mai ales prin decorațiunile de aur și de argint ce o împodobeau. Acolo zăcea un biet om bolnav. Era „olog”. Venise acolo ca să Îl vadă pe Isus, Singurul care putea vindeca oameni cu aceiași suferință ca a lui. Dar El nu mai era. Oamenii vorbeau cum că preoții cei mai de seamă s-ar fi unit cu romanii ca să-L omoare, dar mai auzise că niște ucenici de-ai Lui ar fi umplut Ierusalimul de ves-tea că Isus a înviat și S-a înălțat la cer, de unde și venise. Pentru el toată povestea aceasta era prea complicată ca să o poată pricepe, și boala de care suferea accentua și mai multe necunoscutele din mintea sa. Se mulțumea doar să stea acolo, la Poarta Frumoasă a Templului, cerând de milă celor ce veneau la închinare. Nu era nimeni cu el, nimeni care să îl ajute să se miște sau să îl mute la umbră a-tunci când îl ajungea soarele amiezii. Era singur, singur de tot.

Cei doi bărbați s-au oprit în dreptul lui, iar

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

omul obosit și plictisit întinse mâna mecanic, așteptând să cadă ceva în ea. După cum arătau, nu păreau să fie din cei cu pungile doldora de galbeni, așa că nu se sinchisi nici măcar să îi privească în ochi. Dar Petru l-a privit cu îndrăzneală și i-a spus: „Uită-te la noi." Cuvintele acestea au sunat interesant în urechile bietului slăbănog, și dintr-o dată se gândi că s-ar putea ca cei doi să aibă ceva consistent de oferit, în ciuda aparenței modeste. Așa că se întoarse cu dificultate și privi în ochii celor doi ce se opriseră la rogojina lui. Oare cât aveau să dea? Fața începea să i se lumineze de un zâmbet uitat când dintr-o dată omul din fața lui rosti scurt: „Aur și argint nu am..." Cum nu? Și tot efortul lui, și toată truda de a se întoarce și toate speranțele lui... au pierit la fel ca vorbele străinului. Petru însă nu se opri aici. Dar ceea ce a urmat a fost minune: „...dar ce am îți dau: în Numele lui Isus din Nazaret, scoală-te și umblă!" Apoi, plin de credință, i-a întins mâna și l-a ajutat să se ridice pe picioare. Picioarele acelea bolnave și atrofiate, erau vindecate. Omului nu îi venea să creadă, parcă trăia un vis. Mergea! Visul lui se împlinise cu adevărat. Și cu mult mai mult decât aștepta sau spera el.

Povestea acestui om, este povestea noastră. Noi suntem ologii care stăm la poarta cerului și nu putem intra înăuntru. Picioarele noastre, fie că sunt sănătoase sau bolnave, nu ne pot purta dincolo de poarta Edenului. Lecțiile acestui pasaj din Scriptură sunt deci scrise special pentru noi. Fiecare ne putem însuși ceea ce ni se potrivește, pentru ca minunea din acea zi să se poată repeta în viața fiecăruia.

Cel mai mult îmi place în pasajul acesta gândul că Dumnezeul nostru este Dumnezeul celei de a doua șanse. Oamenii sunt convinși că ocazia odată pierdută e pierdută pentru totdeauna, dar chiar dacă nu putem da timpul înapoi, Dumnezeu poate să facă prezentul frumos.

Așa că avem nevoie mai întâi să învățăm de la Petru și Ioan, căci despre ei este vorba în istoria acesta, să mergem la rugăciune „împreună." Deși fiecare avem poverile lui interioare, lucrurile neștiute de nimeni pe care le despachetăm doar în fața lui Dumnezeu, este important să învățăm că nu putem duce singuri toată povara. Tocmai de aceea Domnul Isus ne-a învățat că „dacă doi dintre voi se învoiesc să ceară un lucru oarecare... le va fi dat." „Căci acolo unde sunt doi sau trei adunați în numele meu, sunt și Eu în mijlocul lor." (Matei 18, 19 – 20)

Apoi, a doua lecție vine de la slăbănog. La fel ca și el, noi nu știm de multe ori ce să cerem și care sunt nevoile noastre reale. Pentru el, tot ce aștepta erau micile monede aruncate de trecători, deși nu se putea bucura prea mult de banii pe care îi câștiga. Dar deși banii erau tot ceea ce el cerea și aștepta să primească, ei nu reprezentau principala sa nevoie. Așa că Dumnezeu nu i-a dat ce a cerut, dar i-a dat exact ceea ce a avut nevoie. Felul nostru de a vedea și înțelege lumea, ne împiedică adesea să avem o privire de ansamblu asupra evenimentelor sau nevoilor. Dumnezeu însă, dacă ne lăsăm conduși de El, ne va da exact ceea ce avem nevoie și la timpul potrivit. Dragostea Lui trece dincolo de slăbiciunile noastre. Chiar și atunci când îngăduie să purtăm „țepușe" în carnea noastră, ne dă harul Lui, pentru ca în noi să poată străluci pe deplin frumusețea chipului Său.

Dar să ne întoarcem la cei doi – la Petru și Ioan. Ei au curajul să îi spună omului din fața lor: „uită-te la noi." Nu vi se pare prea mult? Auzim adesea că oamenii trebuie să privească la Hristos și nu la noi. Lucrul acesta este valabil doar în privința mântuirii și a autorității finale în deciziile vieții. Dar Hristos, nu poate fi cunoscut de alții dacă nu este văzut în viața ta și a mea. El nu poate fi descoperit decât prin cuvintele tale, prin viața ta, prin felul tău de a fi. Acesta este de fapt viața și rostul nostru pe acest pământ. Noi nu putem cere oamenilor să privească la un Dumnezeu la care noi înșine nu privim. Schimbarea vieții credinciosului este cea mai bună dovadă pentru cel care nu crede că Evanaghelia e vie și are putere.

Dar cea mai mare lecție a acestui pasaj este cea legată de Numele Lui. Personajul principal al pasajului nu este Petru sau Ioan, și nu e nici ologul. Personajul principal este Isus, care, deși S-a înălțat la cer, continuă să lucreze minuni ale harului în lumea noastră. Pentru El mergeau cei doi la Templu, despre El vorbeau ei pe drum și în Numele Lui ologul a fost vindecat. Iar Numele Lui încă are putere să vindece, să mângâie, să aline durerile fiecărui copil al Său.

Te simți singur și fără putere, simți că stai la poarta cerului, dar nu poți intra înăuntru? Atunci mesajul acesta a fost special pentru tine. Isus te așteaptă să intri. Nume Lui are putere și astăzi să vindece, să ofere speranță și să dea vieții un sens. Poate că felul în care El alege să intervină în viața noastră nu este după cum am cerut în rugăciune și poate că nu e nici ceea ce așteptăm să primim, dar este exact ceea ce avem nevoie. Nu uita de făgăduința din Epistola către Romani: „Pe de altă parte știm că toate lucrurile lucrează împreună spre binele celor ce iubesc pe Dumnezeu, și anume spre binele celor ce sunt chemați după planul Său." (Romani 8, 28)

-sfârșit-

Ai dormi!?

trimisă de
Emilia Dinescu

Un tânăr care era în slujba unui om foarte bogat,a fost odată întrebat de stăpânul lui ce va face dacă ar veni o furtună mare sau o prăpădenie, pentru că îl vedea mai repede un nepăsător decât un om liniștit, calm. Iar tânărul a răspuns pur și simplu:

„Aș dormi!”

La răspunsul acesta foarte neașteptat, stăpânul a dat din cap nemulțumit și a plecat. Nu peste mult timp, într-o seară o furtună năprasnică a venit în zona aceea, iar stăpânul foarte speriat și dezorientat alergând în toate părțile, a mers și la slujbașul lui, pentru ajutor pe care l-a găsit chiar dormind! Uluit și speriat de ceea ce întâmplă afară, îl zgâlțâie și strigă la el:

„Cum, tu dormi când afară e prăpădul de pe lume? Scoală-te și ajută-mă! Cum poți fi atât de nepăsător?”

Slujbașul spuse:

„Toate sunt aranjate și puse la adăpost; păsări, animale, gospodăria, iar mai mult decât atât, eu mi-am predat viața în mâna Domnului și pentru această noapte, așa că sunt liniștit și pot dormi fără teamă.”

Și chiar vroia să facă lucrul acesta dar stăpânul zise mai mult țipând de groază:

„Tu da, dar eu? Eu ce să fac? Mi-e îngrozitor de frică!”

Slujbașul foarte calm îi spuse înainte de a se culca din nou:

„Stăpâne, pleacă-te pe genunchi și încredințează-ți viața, familia și gospodăria în mâna Domnului. Eu am făcut-o și pentru tine, dar DOMNUL VREA SĂ AUDĂ ȘI DIN GURA TA ASTA, DIN INIMA TA, CU SINCERITATE, și cu siguranță vei avea LINIȘTEA SFÂNTĂ de care ai atâta nevoie! Pentru că însuși Domnul a spus să ne încredințăm soarta în mâna Lui și El ne va ocroti! E singura soluție stăpâne!“

O lecție valabilă și pentru tine, care vei citi aceste rânduri: ***DOMNUL VA ÎMPLINI TOATE FĂGĂDUINȚELE PENTRU COPII LUI, CU CONDIȚIA CA, SĂ-L CREDEM ȘI SĂ FACEM VOIA LUI!***

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să stim

Administrarea vieții cu succes... o alegere

-prima parte-

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Zilele trecute am citit un articol interesant despre acest subiect. Și merită să îi acordăm atenție pentru că de administrarea corectă sau greșită a vieții depinde foarte mult împlinirea noastră, fericirea noastră.

De multe ori ne gândim că fericirea în viața personală sau în orice alt domeniu al vieții noastre, ține de cât ești de educat, sau de experiență, că depinde de statutul social, aspectul fizic, pe care îl ai. Aceștia sunt factori cu adevărat folositori, însă trecem de cele mai multe ori cu vederea factori esențiali, care ne pot ajuta să îi gestionăm pe ceilalți: *definirea unui sens al vieții, al unui plan, trăirea într-un mediu sănătos, atitudinea și obiceiurile.*

Pe autostradă nu poți merge pe două benzi cu sens diferit în același timp – scopul vieții

Te-ai gândit vreodată că viața pe care o trăiești are un sens? Te-ai gândit vreodată să îți stabilești care este scopul pentru care trăiești? Ce te motivează, și cât de mult vrei să atingi acest scop? În timp ce stăteam la rând, la un magazin am auzit o persoană anonimă spunând: „eu trăiesc pentru a bea, nu beau ca să trăiesc!”, în timp ce își procura nelipsitul whiskey. Avea un scop, distructiv, a făcut dintr-o plăcere nechibzuită, un scop.

Viața este ca o autostradă cu două benzi. Fie mergi pe o bandă și ajungi în puncul A, fie mergi pe banda opusă, și ajungi în punctul B. Diferența este că mergând spre punctul A înseamnă împlinire, în timp ce mergând spre punctul B, înseamnă eșec. A merge în ambele sensuri, înseamnă să te învârți în același punct, deci înseamnă să trăiești toată viața ca într-un sens giratoriu, fără să iei o anumită decizie. Și dacă nu iei tu o decizie, se va întâmpla ca într-o zi să te trezești fie că ai ales la întamplare și a ieșit prost, sau că au ales alții pentru tine și de asemeni, s-ar putea să fie frustrant. Unde te afli acum? Nevoia pe care o simțim este de a trăi nu o viață de top, ci o viață cu sens!

Motto:
“Alege viața, ca să trăiești...”

Poate că nu poți schimba sarcinile pe care le primești de îndeplinit la lucru, sau nu poți schimba familia din care faci parte, nu poți schimba felul cum arăți, nu poți schimba lumea din jurul tău, percepția lor despre tine, sau anumite momente din trecut care te-au marcat, însă obiectivele tale, cum vrei să îți trăiești viața, rămân încă la îndemâna ta să le alegi și să le stabilești.

Scopul vieții tale și obiectivele trebuie să fie cât mai **ISTEȚE** sau **SMART** în engleză:

Specific - scopul tău trebuie să fie cât mai detaliat

Măsurabil - scopul trebuie să fie măsurabil (în timp, bani, orice unitate de masură….)

Activant - să te motiveze, să îți placă să lucrezi pentru scopul tău

Realizabil - să fie realist , să fie folositor

Temporizat - să ai limite în timp pentru îndeplinirea scopului major și pentru îndeplinirea scopurilor parțiale, pe termen lung și pe termen scurt

Nu vei ajunge niciodată pe vîrf de munte, dacă nu ai un ghid, sau o hartă și niște puncte de reper – planul vieții

Atunci când îți propui să mergi într-un anumit loc, din experiență o spun că este bine să cunoști unde vrei să ajungi. Într-o zi ne-am hotarât să plecăm toată familia la munte însă nu aveam o locație anume... știam doar că vrem să ieșim din București. Așa am și făcut, însă ajunși aproape de munte, ne-am dat seama că nu ne-am fixat un loc unde să poposim și nici nu prea aveam unde, fiind o zonă turistică destul de aglomerată. Astfel că abia în miezul zilei am reușit să găsim un popas, ne-au rămas două ore să ne bucurăm de natură, apoi am plecat înapoi spre casă dezmăgiți că am pierdut timp mai mult pe drum și că ne-am bucurat de natură atât de puțin.

Fără un plan solid de viață, dorințele noastre sunt asemănătoare cu visele unui om drogat!

O viață de reverie va duce la depresie, la tristețe și frustrare, dacă nu este însoțită de un plan.

Viața noastră în diferitele ei aspecte, seamănă cu un cub, cu mai multe fațete dar fiecare dintre ele este la fel de importantă, egală cu celelalte! Și toate la un loc definesc viața omului.

Am prezentat mai jos câteva „fațete” pentru care

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

este de folos să ne luăm timp să ni le definim și să avem un plan. Pentru fiecare fațetă am lăsat câteva întrebări pentru meditație.

Planul fizic

În Sfânta Scriptură, întâlnim un pasaj foarte grăitor al sfântului Apostol Pavel care spune: *„Nu știți că trupul vostru este Templul Duhului Sfânt care locuiește în voi și pe care L-ați primit de la Dumnezeu? Și că voi nu sunteți ai voștri?”* (1Cor.6:19). De aceea este bine să înțelegem că fiind administratorii celei mai inteligente „locuințe”, trebuie să urmăm instrucțiunile de folosire ale ei.

Ne dorim ca următoarele întrebări să vă fie de folos în abordarea planului fizic: Cum ți-ai tratat corpul până acum? Ți-a fost prieten sau dușman? Cum a reacționat trupul tău în urma modului în care te-ai îngrijit de el? Care ar fi cel mai simplu lucru pe care l-ai putea face pentru a avea mai multă grijă de trupul tău? În ce mod a acționat hrana asupra sănătății tale? A avut un impact pozitiv sau ți-a diminuat bunăstarea? Este hrana scopul tău sau alimentul tău? Care ar fi schimbarea nutrițională care ți-ar putea îmbunătăți sănătatea? La ce program de odihnă ești abonat? Cum răspunde trupul tău la acesta? Crezi că ar fi timpul să regândești programul?

Planul emoțional

Cuvintele înțeleptului Solomon străbat timpul până la noi: *„Gonește orice necaz din inima ta și depărtează răul din trupul tău; căci tinerețea și zorile vieții sunt trecătoare.”* (Eclesiastul 11:10).

Suntem ființe legate profund de emoții, iar acestea au un impact vizibil asupra stării noastre psihice și fizice. De aceea cât de atenți ar trebui să fim în a ne gestiona emoțiile pozitive și negative, deopotrivă: bucuria și tristețea, dragostea și ura, mulțumirea și nemulțumirea, pacea și neliniștea, răbdarea și nerăbdarea, înfrânarea și neînfrânarea. Ceea ce vreau să spun nu este să ne negăm propriile emoții negative, ci să le înfruntăm și să le supunem. Înțeleptul Solomon ne sfătuiește în capitolul 4 din cartea Proverbe: *”păzește-ți inima mai mult decât orice, căci din ea ies izvoarele vieții”*. Cu ajutorul emoțiilor , viața noastră poate fi o binecuvântare sau un blestem.

Ia-ți timp pentru a răspunde la câteva întrebări: Care este starea mea emoțională generală? Poți identifica o problemă, un eveniment trecut sau un regret care te face să fii tulburat? Cum crezi că te-ai putea vindeca de rănile trecutului și a-ți regăsi echilibrul emoțional? Dacă nu depinde de tine, atunci de cine crezi că depinde?

În plan emoțional, singurul care poate face un pas mai departe ești tu și Dumnezeu!

Planul relațional

„Să iubești pe aproapele tău, ca pe tine însuți.” este o poruncă divină pe care Însuși Domnul Isus ne-a încredintat-o și a exemplificat-o în viața Lui. Deseori ajungem să considerăm că noi suntem centrul Universului, și că toată lumea ar trebui să se învârtă în jurul nostru, când de fapt trebuie să ne gândim că noi, ca oameni, suntem la fel de egali unii cu alții, ca spițele care formează o roată. Atunci când relațiile noastre sunt bazate pe principiul dragostei desinteresate, și al respectului, se vor crea relații mai stabile cu cei din jur, cu partenerul de viață, copiii, membrii familiei, prietenii, asociații, vecinii, chiar și cu necunoscuții, etc. Un lucru important de menționat este că afecțiunea și res-pectul pentru ceilalți nu depind de reacția lor față de noi, chiar dacă ne poate afecta foarte mult, atitudinea lor, ci depinde de reacția noastră față de ei.

Care este starea relațiilor tale celor mai importante în momentul de față? Cum crezi că te percep ceilalți - ca pe un om comunicativ, sau mai degrabă un om care așteaptă tot timpul să fie băgat în seamă? Care ar fi lucrul pe care l-ai putea face pentru a îmbunătăți o relație care nu merge așa cum ți-ai dori? Dacă nu depinde de tine ca relațiile să se îmbunătățească, ești dispus să arăți respect și iertare celor care nu au aceași viziune ca tine? Oferi libertate celor din jur atunci când vorbesc cu tine, sau încerci să îi manipulezi? Te simți vreodată manipulat? Cum poți să previi astfel de situații? Ce îți propui să obții și să oferi din relațiile cu cei din jur?

Planul intelectual

Creierul uman este încă în topul enigmelor pentru oamenii de știință, deoarece îmbină perfect celelalte aspecte, și este chiar sediul tuturor. Am putea spune un fel de cartier general. Este o enigmă pentru că informațiile pe care le înmagazinează sau le pierde, pe care le primește sau le oferă, în același timp, de exemplu, se fac în milisecunde, (lucru încă imposibil pentru un calculator). Creierul uman devine fie ca un hambar, în care depui hrană, fie ca un coș de gunoi, în care arunci tot felul de lucruri.

Are cel mai performant program de updat-are (scriere la zi) a informațiilor, cu garanție pe parcursul întregii vieți! În schimb pentru a ne bucura de eficiența lui, este nevoie să îi oferim cadrul potrivit, mediul potrivit, informația potrivită și odihnă necesară!

Un creier odihnit și exersat, este ca un mușchi, gata să suporte anumite perioade dificile din viață. În schimb, un creier tulburat de gestionarea necorespunzătoare nu numai că va scurta termenul de valabilitate al intelectului, dar va scurta și durata vieții!

Ce impact au asupra vieții tale lucrurile pe care le înveți? Asupra a ce îți concentrezi mintea de obicei? Care ar fi activitățile intelectuale pe care le plănuiești pentru următoarea perioadă?

Comoditatea și refuzul cunoașterii sunt două piedici importante în dezvoltarea intelectuală și în degradarea minții. De aceea cât de atenți ar trebui să fim în ceea ce privește ceea ce citim, privim și auzim, porțile prin care creierul învață mai mult decât ne putem imagina!

-va urma-

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

... Plus (+)

GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Vis-a vis de un fast food, stătea un cerșetor care cerea de milă trecătorilor. Undeva, la cincizeci de metri de el, era un alt cerșetor care și el avea așteptări de milă de la trecători. Dar cel care stătea în fața magazinului avea parte din când în când de gesturi ”gustoase” din partea celor care serveau mâncare în magazinul cu bunătăți. El se fericea că a pus mâna pe o poziție mult mai bună decât a concurentului pe care îl ura. Într-o zi, patronul ieși cu o pizza la vecinul cerșetor, și îl rugă să-i dea colegului lui de suferință care stătea și cerșea mai încolo de el, un cadou pentru a-i face și lui o bucurie caldă și bună. Acesta se irită la ideea de a da adversarului lui, pe care îl socotea și dușman, ceea ce ar trebui să-i revină doar lui. Îl refuză categoric pe patron spunând că el nu dă milă celor care nu merită. Atunci, patronul se duse la celălalt cerșetor și-i dădu pizza. Acesta se bucură mult de gestul patronului, dar după ce a mâncat jumătate din pizza, s-a dus la colegul lui de suferință, care cerșea împreună cu el, și i-a dat jumătatea rămasă, chiar dacă știa că vecinul lui capătă mai mult ca el. Acesta a luat-o și a aruncat-o pe jos, de supărat ce era, pentru că patronul l-a băgat în seamă și pe opozantul lui. Patronul a ieșit încă o dată și i-a dus cerșetorului milos încă o pizza, spre o și mai mare supărare a celui rău. Apoi, șeful magazinului i-a spus celui care nu a vrut să-l ajute pe colegul lui: ”Prietene, întrucât aveai privilegii mai mari decât colegul tău, am vrut să văd ce inimă ai. Așa că am făcut o socoteală simplă: tu, un om în nevoie, plus o faptă bună, adică, o pizza dată mai întâi altuia, care era și el în nevoie, era egal cu un caracter. Gestul acesta al tău presupunea un sacrificiu, dar nu rămânea nerăsplătit. Pentru acest rezultat, dacă îl obțineam, eu făceam imediat un alt calcul matematic: o faptă bună făcută altuia plus un caracter ales, era egal cu o pizza, pe care ți-o aduceam ție, ca răsplată pentru gestul tău. Acum sunt nevoit să mai fac o socoteală: un om, minus un caracter, este egal cu o pierdere mare. Adică vei pleca din locul acesta, care îți aducea profit, și-l vei da colegului tău pe care îl urăști. Acest rezultat va fi aplicat din acest moment, pentru că matematica sufletului niciodată nu greșește.

Plus... șapte zile!

Nu puțini știu că între 16 – 23 august, 2015, se întâmplă în mod fericit și planificat tabăra de la Brașov a Asociației ”Ridică-te și umblă” pentru persoane cu dizabilități. Doar unii știu și motto-ul acestei tabere: ”... Plus!”. Din momentul în care acest articol este citit, se mai adaugă încă unul și încă unul, care... vor ști. Și dacă știu ce se întâmplă? Nu mare lucru, dacă nu vin în tabără. Dar cei care vin, vor trăi timp de șapte zile un plus de viață, un plus de relație, un plus de sănătate, un plus de bucurie, un plus de cunoaștere, un plus de prietenie, un plus de recreere, un plus de dragoste. Și asta e puțin lucru? Dar ceea ce cred că va fi și mai important, este că noi, persoanele cu dizabilități, vom ieși în Brașov și oriunde vom face excursii și vom oferi celor pe care îi întâlnim, un plus de bunătate și un gest de inimă, pentru că suntem și trebuie să fim furnizori de fapte bune. Ar putea cineva să întrebe: ”de ce, mă rog, trebuie să ne forțăm să fim bunii cu alții? Ce datorie avem noi față de ei? Ce ne-au făcut ei bine, ca și noi să le facem un bine? ”Sunt întrebări raționale și calculate, dar fără suflet. În primul rând, noi suntem chemați să facem bine nu pentru ceea ce ni se face bine nouă, ci din natura noastră schimbată și umplută de Sus cu bunătatea Cerului, vom da ceea ce avem. Acesta este marele plus! Ce datorie avem față de alții? Una mare! Noi suntem datori oricui să le oferim din natura inimii noastre bune, pentru ca să facem un rezervor mare de facere de bine, cu care să alimentăm mulți oameni în nevoie. Și nu este mai mare minune, ca eu, cel cu dizabilități, care sunt în nevoie, să ofer eu altora mai întâi din Sursa Marelui Bine, pentru ca apoi, Cel care cunoaște fiecare gest de caracter, să-l răsplătească cerește. Cine vrea să facă această experiență, în cele șapte zile cu plus, să ridice mâna sus! Matematic vorbind, un om (cu dizabilități) plus o faptă bună, făcută oricui, în mod natural, este egal cu un caracter ales. Și vei fi un plus mare pentru pământ și cer!

-sfârșit-

STRĂINULE

Străinule de unde vii!
De ce Te uiți la mine peste poartă!
Parcă aș crede sau mă-nșel
Că noi ne-am întâlnit odată!
Mă zgâriasem pe obraj
Și rana sângera din abundență
Tu m-ai atins cu degetul și-ndată
N-am mai simțit durere și necaz.

Arăți de parcă ai veni
de undeva de departe
Și Te-ai oprit să-mi spui ceva
dar nu-ndrăznești,
Îți văd privirea obosită
Și simt că înțeleg cam ce gândești.

Privești cu-atâta milă către mine
De-mi curg pe șiră ape reci
Mi s-a părut întâi c-ai vrea să pleci
Privind-nainte pe cărarea-ngustă,
Cât oare-ai mers pe strâmtele poteci
De-ai obosit așa încât
picioarele cu greu Te-ascultă?

Cum spui că ai pleca la drum
doar pentru mine?
Crezând că eu sunt
mult mai singur decât Tine?
Și nu știu de capul meu
Nu prea Te cred sărman Străine
Că ai adus în tolba grea
Un leac miraculos doar pentru mine
Ștind că e precară sănătatea mea?

Dar plângi? Ce s-a întâmplat cu Tine?
Nu mi-ai greșit nimic...
Să plâng acum și mie-mi vine
Înțelegând așa târziu, și pot să zic
Că eu sunt cel greșit și pe genunchii slabi
În fața Ta mă prosternez
Și la piciorul Tău mă las și pic.

Vai cât de greu mi-am amintit
Unde și când ne-am întâlnit
Și recunosc că Te-am lovit
Când purtându-mă mai rău
Ca cei ce strigă părinților „Corban”,
Alergând besmetic și grăbit
Te-am pironit pe Golgota
Sub zgomotele de ciocan
Nebănuind că trebuia
să se-mplinească profeția
Ca răstignit fiind Mesia
Să fiu din nou curat și izbăvit
Și să primesc o viață veșnic nouă
În zorii calzi,
ce din privirea-Ți blândă s-au ivit !

Stoica Valerica
Băicoi - Prahova

HAI VINO DEGRABĂ

Hai vino degrabă,
Nu sta nepăsător,
Dă-mi cu totul inima ta,
Căci pentru tine
Eu am pătimit,
Pe cruce M-am jertfit.

Urăște păcatul,
Ferește-te de rău,
Fă binele, căci așa vei fi
Plăcut lui Dumnezeu.

Lucrează în vie,
nu sta nepăsător,
Învață Cuvântul,
De viață dătător.

Răsună pământul,
De lauda Ta,
Osanale îți cântă
Copii într-una. Amin

Țăran Lucreția
Toplița - Harghita

Talentul...
nu cunoaste
handicap!

CAUT...

Adolescent, aruncam cu secundele,
ca un smintit cu banii la ruletă.
...Mama aduna cu sfială bogată
-rămășițele zilei-
să am spre asfințitul clipei,
în viscol și tăceri,
o insulă albastră și senină...
Speranțele mamei
le-am tras pe roată, toate!...
Mă uit astăzi și văd pe mama
în rochie de ceață cu petice de fum,
-cusută din grele lacrimi-
Iar eu... eu, caut și caut,
Măcar încă o zi
de proaspătă și luminoasă vară
...din multele plecate
spre nemilosul IERI!...

Nicolae Popcov
București

„AURUL VERDE”

Pădure cât de frumoasă tu mai ești,
Primăvara când vrei să înmugurești,
Atunci copacii tăi renasc la viață
Iar păsările din nou cu drag te caută.

Când vine vara pădure ești înfrunzită,
Oamenii atunci cu drag în tine intră,
Căci umbra ta care-i tare răcoroasă,
Îi va proteja de căldura caniculară.

Pictori sunt copacii tăi când toamna vine,
Sunt ruginii, roșiatice frunzele din tine,
Peste puțin timp frunzele tale vor cădea,
Și din nou pădure pustie vei rămânea.

Când vine iarna tu pădure vei îngheța
Iar copacii tăi plini de zăpadă îi vom vedea,
Dar înfruntând frigul și gheața iernii
Pădure tu aștepți iar sosirea primăverii.

Anotimpurile unele după altele vor venii,
Dar uneori pădure nu te vor mai regăsi,
În tine oameni cu topoare, drujbe vor intra
Iar copacii fără milă pădure îi vor tăia.

Iată pădure că tu n-ai să te poți opune,
Oamenilor răi care vor intra cândva în tine,
Or să te ucidă acești oameni cu suflete rele,
Neținând cont că le-ai făcut atâta bine.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

INIMA MEA

Dedicată fam. Dinu:
Mariana, Alexandru și Marian

Suferința mea,
Este în palma Ta.
Lacrima mea,
Sterge-o cu mâna Ta.

Inima mea,
O mângâi cu dragostea.
Truda mea
O izbăvești pururea.

Neputința mea,
Alin-o întotdeauna.
Răbdarea mea,
Oțelește-o prin crucea Ta.

Întristarea mea,
În bucurie o vei transforma.
Îndoiala mea,
În credință o vei binecuvânta.

Minca Elena Gabriela
Alexandria

ÎNTR-O ZI CU SOARE

Într-o zi cu soare,
Cu o inimă mare,
Mă scot la zâmbit,
Din cel mai socotit,
De dragostea-ți tare,
Din marea-ți răbdare,
Din inima fierbinte,
Iertarea-ți cuminte.

Și te-mbrățișez voios,
Și te tot sărut apos,
Și mergem sub soare,
Cu un tic de eliberare,
Și mergem sub lună,
Frumuseți cine adună,
Și mergem sub nor,
Știm, suntem trecători.

În zâmbetul nost' fin,
Nu mai punem pelin,
Vrem să ne-nveselim,
Noi proaspeți ca zeii,
Și fragezi ca mieii,
Luptăm iubirea în noi,
Să fim frumoșii ei eroi,
Suim povețe albastre,
Flori suim întru glastre.

Plănuim fericirea,
În vise înnoim menirea,
Luăm parfum primăverii,
Nu cedăm altora vrerii,
Avem indiciu în milă,
De săraci n-avem silă,
Nu uităm apusul de soare,
Și iubim a noast' mare.

Cu petale așternutul,
Înduioșăm avutul,
Nu uităm în ore sărutul,
Bigulim începutul,
Ne suim metereze,
Inimi dorim să vibreze,
Într-o zi cu soare,
Fără lacrimi o mare.

Diaconu Liviu Aurel

Talentul... nu cunoaste handicap!

CU ZÂMBETUL PE BUZE AM PLÂNS,

Departe am fost și sunt prin străini,
Lacrimile mi le-au șters cu ale lor mâini
Am cunoscut tristeți și bucurii
Și am legat adevărate prietenii.

Din fiecare loc prin care am trecut
Amintiri nepieritoare am adunat
Am plâns, am râs chiar de m-a durut
Cînd am crezut că totul e pierdut.

Am purtat și port în suflet marea
O parte a vietii acolo am petrecut
Idealurile mele au străbătut zarea
Dar prea puține impliniri am avut.

Am căzut, m-am ridicat învingătoare
Pe drumul vietii înainte am mers
Am iubit, am visat ca orișicare
Cu zâmbetul pe buze am plâns

Azi viața merge înainte cu bune și rele
Trăiesc din amintiri visând
Că într-una din zilele mele
Nu voi mai plânge zimbind.

Vali Fencea
Ciutelec – Bihor

Talentul...
(Creația ta)

REAL

Călăuziți în neputința noastră
De-un singur gând suprem, numit speranță
Formăm un cerc în lumea asta vastă
Ce ne va fi un crez întreaga viață.

În cercul ce cu greu ni l-am creat
Sunt frați de-ai noștri cu probleme grele
Cu-n suflet și cu-n gând imaculat,
Vom fi mai tari, vom trece peste ele.

Cu toți noi am trecut prin viața sumbră
Sperăm acum să trecem peste ea
Deviza ni-e "Ridică-te și umblă"
Și sfera noastră tot-asemenea.

Și pentru-a fi feriți de mari emoții
Cu brio și cu ce ne mai incumbă
Noi ne vom indentifica cu toții
Într-un stindard... "Ridică-te și umblă"!

Dumitru Ghiocel
Ploiești

O VAI LUME ÎNTINATĂ

O vai lume întinată
Cum refuzi pe Dumnezeu
Nu auzi cum El te cheamă
Să te-ntorci din drumul tău.

Cum de nu-L cunoști pe Isus
Pe Acel ce te-a creat
El S-a îndurat de tine
De la moarte te-a salvat.

Nu vreau să spun multe vorbe
Dar un lucru adevărat
Știi Isus de bună voie
A venit și te-a salvat.

Nu te îndoi creștine
Căci Isus sus la Calvar
A murit și pentru tine
A băut acel pahar.

Este greu să știi în viață
Dacă nu ai ajutor
Mă refer la Isus frate
Nu trăi nepăsător.

Nu trăi tot în păcate
Căci nu știi când ai să pleci
Prea târziu va fi atuncea
Să repari al tău proces.

Se va vedea la judecată
Ce ai făcut, ce ai trăit
Cărțile-ți vor sta în față
Desigur chiar la proces.

A face bine este
Rațiune sfântă
Să fii creștin de cinste
E o comoară ascunsă.

Iată am depănat misterul
Pe-un fuior foarte ușor
Cine-i înțelept să vadă
Timpul este trecător. Amin!

Talpoș Grigore
Sânandrei

AȘ DORI

Aș dori să înțeleg
Cum să merg
Ce să fac
Să nu greșesc
Când gândesc
Când vorbesc
Când muncesc.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

.....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori.....

Anonim

Vând Ford Mondeo, îl poate conduce orice persoană cu handicap locomotor și este omologată și înscrisă în România. Are geamuri, oglinzi și încălzire electrice, ABS, este super dotată. ITP 26 martie 2014 - 25 martie 2016. Preț negociabil. Tel. ***0741-043353***

Nicoleta

Mă numesc Ferariu Nicoleta, sunt din Vaslui, sunt mama a patru copii: o fetiță de opt ani, doi gemeni, fată și baiat de 6 ani și o fetiță de 2 ani și 8 luni. Împreună cu soțul și cei patru copii locuiesc la soacra mea într-o cameră de 10 m pătrați, mă plouă în casă, am mult mucegai și de aceia fetița de 8 ani suferă de astm bronșic, iar băiețelul din gemeni are epilepsie generalizată și reumatism. Ne descurcăm foarte greu financiar, pentru că nici eu și nici soțul nu avem un loc de muncă stabil, mai merge soțul cu ziua dar foarte rar, atunci când e chemat. De aceea apelez la dumneavoastră să mă ajutați cu ceea ce puteți: hăinuțe, mâncare, etc. Vă mulțumesc din suflet. Mă puteți suna la ***0787-806193*** *si* ***0235-319766****, sau la adresa* ***str. Eduard Ghica, nr. 11, Vaslui****.*

Mitică

Mă numesc Mitică. Am diagnosticul tetrapareză spastică. Locuiesc în jud. Tulcea. Rog din tot sufletul cine are să îmi doneze un aparat de masaj, sau cine poate, o bicicletă pentru recuperare. Apelați la nr. ***0747-364283*** *sau la nr.* ***0746-781317****. Vă mulțumesc din suflet!*

Felicia

Bună, sunt Ciuhodariu Penciu Felicia. Am 49 ani, handicap de vedere grav. Doresc achiziționarea unei lupe la un preț accesibil. ***0768-571067*** *și* ***0752312701****. Vă multumesc!*

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Anunțurile redacției..... .....Anunțurile redacției..... .....Anunțurile redacției.....

INVITAȚIE – APEL

Te-ai gândit că viața ta e un roman? Poate n-ai cutezat s-o privești așa, dar acesta este adevărul. Pentru mulți cititori ai revistei noastre, experiențele de viață relatate în ea sunt așa de binefăcătoare.

Poate și pe tine te-au încurajat sau ți-au oferit sfaturi bune. Și experiența ta de viață contează pentru noi. Nu te gândi că este nesemnificativă, pentru că nu este așa. Nu despre lucruri spectaculoase ținem să scriem, ci și de cele mici, dar care ne încurajează. Un mic succes pe care l-ai obținut în lupta cu viața, poate fi și pentru noi o încurajare. O inovație simplă pe care ai făcut-o și pe care o împărtășești revistei, poate ajuta viețile a sute dintre noi.

Nu ezita să ne scrii despre viața ta, care poate ți se pare nesemnificativă, dar care pentru noi poate fi un adevărat izvor de încurajare și mângâiere.

Te așteptăm în paginile revistei noastre!

IMPORTANT

Începând cu luna iunie, am fost rugați de realizatoarea emisiunii NU EȘTI SINGUR să punem la dispoziție revistele anterioare pentru a fi selectate mai multe poezii, de la fiecare autor câte una. Aceste poezii vor fi citite pe rând în cadrul emisiunii, intrând, totodată și într-un concurs, cea mai frumoasă poezie urmând a fi premiată. Campania desafășurată de către realizatorii emisiunii „Nu esti singur" se numește – „Să ne exprimăm prin vers", și dorește să încurajeze așezarea pe hârtie a simțămintelor născute în urma handicapului.

Emisiunea NU ESTI SINGUR se difuzează la Radio Vocea Speranței, în fiecare miercuri de la ora 18.00. Puteți intra în direct la nr. de tel. ***0314 378 379*** *sau lăsa mesaje pe pagina de facebook NU ESTI SINGUR.*

Emisiunea poate fi urmărită și pe internet accesând pagina ***www.rvs.ro*** *apăsați „ascultă live" și urmați pașii necesari. Trebuie să aveți instalat în calculator VLC Media Player. Realizator:* ***Dana Bordeianu****.*

.....Gânduri de la prieteni..... .....Gânduri de la prieteni..... .....Gânduri de la prieteni.....

Burlacu Aida - Florentina
Piatra - Teleorman

Sunt recunoscătoare și plină de mulțumire către bunul nostru Dumnezeu pentru minunata lucrare pe care o realizează prin d-voastră, atât prin contribuția pe care o aduceți prin intermediul Asociației „Ridică-te și Umblă ", cât și prin intermediul revistei „Împreună".

Am fost mult încurajată și ajutată să mă ridic de bunul Dumnezeu, în momente dificile prin intermediul ambelor lucrări (Asociație și revistă). Când am venit pentru prima dată la Asociație mă așteptam să plec mai deprimată și mai descurajată decât eram, dar lucrurile au stat invers: persoanele pe care le-am întâlnit, deși în situații cu mult mai dificile decât a mea, erau pline de bucurie și nu se plângeau de problemele fizice și de dificultățile cu care se confruntau.

Am plecat întărită și încurajată de atitudinea acestor oameni. Eu mă confrunt cu probleme de vedere, (am o miopie foarte mare) un handicap de gr. 2, dar în comparație cu problemele d-voastră de sănătate, pro-blema mea e cu mult mai neînsemnată. Dacă în copilărie și adolescență am perceput această deficiență ca pe o grea povară, mai târziu, la 28 de ani, când L-am cunoscut pe Domnul, am început să privesc lucrurile din perspectiva Cerului și am înțeles cât de prețioasă sunt în ochii Tatălui ceresc. Acum deficiența de vedere nu mai este pentru mine o grea povară și o piedică în calea visurilor mele, ci o cale prin care pot fi mai aproape de cer.

În urmă cu 1 an și jumătate am avut o entorsă la piciorul drept (a fost destul de dificil, așa încât a trebuit să fac și recuperare), și după două luni am avut o fractură la piciorul stâng. Pot spune că înțeleg, într-o foarte mică măsură, datorită acestei experiențe, dificultățile cu care vă confruntați, atât d-voastră, cât și alte persoane care se confruntă cu astfel de probleme de sănătate. Chiar dacă sunteți limitat din punct de vedere fizic, datorită problemelor de sănătate, totuși sufletul poate străpunge cerul, și chiar o face sub mâna călăuzitoare și plină de Dragoste a Atotputernicul nostru Dumnezeu.

Sufletul nu are bariere, și Dumnezeu ne poate duce pe cele mai înalte culmi ale credinței, numai noi să ne lăsăm conduși de Dumnezeul Acesta Minunat. Vă încurajez să stați neclintit lângă El și chiar dacă vrășmașul aduce neguri și fracturi în viața noastră și caută să ne facă să ne descurajăm și să ne destabilizeze credința, totuși Domnul ne scapă din toate încercările și ne aduce la lumină mai curați și mai plini de iubire și speranță, spre a fi o binecuvântare pentru cei din jurul nostru, și pentru a-l aduce Slavă și Laudă Aceluia care ne iubește atât de mult și ne scapă din toate necazurile noastre.

Îmi place mult revista și m-a ajutat mult să cresc din punct de vedere spiritual: îmi plac mesajele de pe copertă, mesajul spiritual, cel de meditat, sfaturile practice și gândurile. Domnul să vă binecuvânteze și să vă răsplătească pentru tot ceea ce faceți. Să vă dea speranță, credință, dragoste și răbdare până va veni El. Fie ca Duhul Sfânt și roada Lui să vă stăpânească pe deplin inima și viața. Am simțit îndemnul de a vă trimi-te aceste rânduri și, de asemenea aș dori să

continuare în pag. 14

.....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!.....

Asociația și Biserica "Ridică-te și umblă" - București

Asociația si Biserica "Ridică-te și Umblă" București urează membrilor și voluntarilor care au sărbătorit sau sărbătoresc ziua de naștere în lunile iunie și iulie (luna trecută a fost o mică încurcătură), un sincer și călduros ***„La mulți ani!"****, împlinirea tuturor dorințelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat:*

Luna Iunie: ***Costina Tudorache, Ștefan Popescu, Ionuț Mârzac, Denisa Mirela Ioniță, Mariana Iacobescu, Elena Meiroșu, Maria Constantin, Marin Marian, Irina Georgeta Modreanu, Maria Doroftei, Marian Pavel, Anamaria Nichita, Petre Boșoi, Laurențiu Oprea, Sorin Mihail Gândac, Elena Olimpia Pătrașcu Uță, Maria Marian, Cristian Florian, Ciprian Angheluță, Brândușa Covaci, Benone Mihai Furtună, Alexandru Ghetea, Sorin Mihai Gândac, Elena Ionașcu, Ștefan Popescu.***

Luna iulie: ***George Uba, Florin Dobromir, Vasilica Arsene, Ștefania Bigan, Nuți Șerban, Camelia Birca, Olga Cerchez, Aly Dinu, Lucian Dragoș Dumitrescu, Marian Ghidănac, Elena Ion, Vasile Ioniță, Constantin Mihai, Maria Magda Nistor, Eugenia Pânzaru, Stela Plesa, Maria Popa, Petre Toader.***

Doinița

Prietenei mele ***Anișoara Bologa*** *din Greci, jud. Mehedinți. Dragă prietenă, pe 5 Iulie împlinești o frumoasă vârstă. Eu îți doresc: Multă Sănătate și multe Bucurii. Bunul Dumnezeu să te aibă-n Paza LUI. Te pupă Doinița.* ***„La mulți ani!"***

continuare din pag. 13

vă spun că la începutul acestui an Domnul mi-a dat un dar – acela de a scrie poezii. Doresc să vă trimet câteva și dumneavoastră, în speranța că va ajuta vreun suflet să se alipească mai mult de Domnul. Pe mine m-a ajutat mult lucrul acesta.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria - Teleorman

Botezul înseamnă bucurie în suflet, lumina harului Duhului Sfânt dăruită cugetului. Prin botez Trinitatea Sfântă dăruiește toate sentimentele nobile ca: încredere, dragoste veșnică, speranța și adevărul că într-o zi vom fi în Paradis. Botezul oferă sufletului pace, binecuvântare și multă fericire. Botezul cu Duhul Sfânt reprezintă lucrarea prin care Duhul lui Dumnezeu pune credincio-sul în apropiere și în comunicare prin rugăciune cu Hristos și în apropiere cu ceilalți credincioși în trupul lui Hristos la momentul mântuirii. Prin botez mărturisim credința cea adevărată în Mântuitorul nostru. Botezul cu Duhul Sfânt este o realitate pentru fiecare credincios și trebuie să conștientizăm separarea noastră de puterea păcatului și înnoirea vieții noastre. Prin botez noi credincioșii suntem înviați prin Isus Hristos la o nouă viață. Experimentarea botezului cu Duhul Sfânt servește ca fundament pentru păstrarea unității bisericii, astfel credincioșii să fie împreună în biserică dar și pentru a se ruga cu toții împreună. Prin botez suntem născuți din nou prin învierea lui Isus Hristos din morți la o nădejde vie în biruință, mântuire și în salvarea sufletului de la păcat.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

Credința e un mijloc prin care mintea primește darul lui Dumnezeu. Nu e nici o exagerare ca Dumnezeu să condiționeze primirea darului mântuirii de o atitudine bună din partea noastră, care se cheamă CREDINȚA! în momentul în care admitem că credința este mâna prin care primim ceea ce El ne oferă, atunci condiția cerută de El ni se pare rezonabilă, deoarece înțelegem că așa ne este respectată libertatea de alegere. În ce privește lucrarea mântuirii, HRISTOS NE ESTE TOTUL: este sfințirea, înțelepciunea, neprihănirea și răscumpărarea noastră! Mântuirea înseamnă primirea acestor daruri pe tot parcursul vremii. Însă credința presupune anumite sacrificii. Când ÎL primim pe Hristos în inimă, tot ce este nesfânt trebuie alungat, întrucât ceea ce este curat nu poate locui laolaltă cu ceea ce este necurat. Dacă vrem ca El să fie Domnul nostru, atunci ESTE NECESAR SĂ IZGONIM DE LA NOI TOT CE ESTE VRĂJMĂȘIE CU EL!!! EL bate la ușa inimii noastre, iar prin atitudinea noastră ÎL ținem afară, să nu mai declarăm că avem credință. Când avem adevărata credință care ÎL primește înăuntru, renunțăm la tot ce este contrar vieții Sale și caracterului Său!!! Ioan 3,36.

(...)

El tânjește să ne aibă aproape și ne caută neîncetat. Noi de ce ezităm să ne întoarcem la El? Suntem mai lași ca Petru care L'a tăgăduit, mai cruzi ca Pavel care a persecutat biserica, mai răi ca tâlharul de pe cruce? Să nu uităm că dragostea lui Dumnezeu NU SE SFÂRȘEȘTE NICIODATĂ! Ea e ca un izvor nesecat din ale cărui ape au băut și au primit viață mii și milioane de oameni, ba chiar miliarde. Hristos Și'a manifestat dragostea mângâind copilașii, atingând leproșii, a redat orbilor vederea, acceptând femeia desfrânată care plângea la picioarele Sale, stând la masă cu vameșii, cu păcătoșii, iertându'l pe tâlharul de pe cruce. IATĂ CÂT DE MARE ESTE DRAGOSTEA LUI DUMNEZEU PENTRU NOI!!! Cum răspundem???

Andreescu Haralambie
Pucioasa - Dâmbovița

"Despre dragoste necondiționată se poate vorbi numai în dreptul lui Dumnezeu. El doar "a iubit lumea", fără să ceară nimic; în schimb lumea L-a urât și a sfârșit prin a-L crucifica, în persoana Fiului Său. El ne iubește cu o iubire veșnică, adică așa a fost și va fi întotdeauna. Nu pentru ce suntem sau nu suntem noi, ci pentru ceea ce este El! DUMNEZEU ESTE IUBIRE! EL nu ne iubește pentru faptele noastre bune fiindcă El"ne-a mântuit nu pentru faptele noastre făcute în neprihănire" ci PENTRU ÎNDURAREA SA! El ne-a iubit și ne iubește nu numai când" suntem vii" pentru Dumnezeu ci, și atunci când suntem morți în păcatele și fărădelegile noastre. "Voi erați morți... dar ați fost aduși la viață împreună cu Hristos!" Pe când eram noi păcătoși, Hristos a murit pentru noi! Tatăl nu încetează să iubească și să aștepte pe cel pierdut! Venim la întâlnirea cu El și Dragostea Sa? Sau Îl lăsăm să aștepte!...

(...)

Între iubirea noastră pentru Dumnezeu și iubirea lui Dumnezeu pentru noi, e o mare și profundă deosebire: El ne iubește necondiționat, fără să fie rugat, sau să I se ceară așa ceva, pe când noi Îl iubim ca răspuns la iubirea Lui. Noi îl iubim pentru că El ne-a iubit mai întâi. Altfel noi nu am fi iubit niciodată pe Dumnezeu. Am văzut care e natura iubirii lui Dumnezeu pentru noi. El întreabă:" ce mai puteam face viei mele și nu i-am făcut? Tăcere...Și în cer și pe pământ... Dar noi, noi cum îl iubim pe Dumnezeu? Care e natura manifestării iubirii noastre pentru El? Ce răspuns dăm noi iubirii care ne iubește fără nici un fel de condiție și care ne dorește fericirea și binele, fără să ceară ceva la schimb???

(N.R.: Continui să primesc de pe diverse nr. de tel., mesaje și gânduri frumoase, însă nu scrie nici un nume! Neștiind cine îl trimite, bineînțeles că nu îl pot publica. Vă rog, scrieți și numele, prenumele, localitatea și județul.)

„Poliția” concediilor medicale a fost eliminată!

Nici un salariat nu mai poate fi verificat acasă când este în concediu medical

av. DANA BORDEIANU

De-acum, salariații nu mai pot fi verificați la domiciliu atunci când se află în concediu medical, potrivit unui act normativ intrat în vigoare în data de 10 iulie 2015. Până atunci, aceste controale puteau fi făcute în cazurile în care existau suspiciuni cu privire la acordarea concediilor de incapacitate temporară de muncă.

Legea nr. 183/2015, prin intermediul căreia se elimina posibilitatea **verificărilor la domiciliul salariaților aflați în concediu medical**, a fost publicată în *Monitorul Oficial, Partea I, nr. 496 din 7 iulie* și a intrat în vigoare din 10 iulie.

Salariații au dreptul, conform Ordonanței de urgență a Guvernului nr. 158/2005, să beneficieze de **concediu medical** și de **indemnizație** pentru incapacitate temporară de muncă provocată de bolile obișnuite sau de accidentele suferite în afara muncii.

Până pe 10 iulie, pe durata concediului medical, prezența acestora la domiciliu **putea fi verificată de către autorități între anumite intervale orare** ale zilei. Dacă angajații nu erau găsiți acasă sau pur și simplu refuzau controlul, aceștia riscau **să nu le mai fie plătită indemnizația** de incapacitate temporară de muncă.

Conform legii publicate marți în Monitor, măsura verificărilor la domiciliu **nu se mai aplică începând din 10 iulie**. Deputații sunt cei care s-au pronunțat prin vot final asupra proiectului de lege, aceștia motivând că prevederile referitoare la verificarea salariaților sunt excesive și nu tocmai utile. *“Reglementarea este excesivă și, în practică, s-a constatat ca absența de la domiciliu a persoanei beneficiare de concediu medical nu reprezintă un motiv de suspendare a drepturilor”*, scrie în raportul prin care s-a propus abrogarea dispozițiilor în discuție.

Posibilitatea verificării la domiciliu a fost introdusă în **aprilie 2010**, prin OUG nr. 36/2010. La acel moment, Executivul constatase o creștere a numărului de concedii medicale acordate, fapt ce contribuia la “*diminuarea semnificativă și continuă a bugetului Fondului național unic de asigurări sociale de sănătate*”, așa cum se preciza în expunerea de motive a actului normativ respectiv.

Proiectul se află în Parlament din 2010

Proiectul de lege care elimină verificările la domiciliu ale angajaților aflați în concediu medical a fost înregistrat la Parlament pentru dezbatere încă din **2010**, fiind adoptat de senatori în același an. Însă deputații au reușit abia luna trecută să se pronunțe asupra actului prin vot final.

Această procedură este necesară deoarece, pentru a produce în continuare efecte juridice, toate ordonanțele date de Guvern trebuie sa fie **aprobate prin lege** de către Parlament.

Practic, proiectul care elimina “poliția” concediilor medicale a trecut de Senat încă din **iunie 2010**. Apoi, în cursul mai multor dezbateri și retrimiteri la comisii, deputații au ajuns de două ori în situația de a se pronunța asupra propunerii legislative (în februarie și în noiembrie **2011**), însă de fiecare dată nu s-a putut lua o decizie concretă.

În fine, după ce proiectul de lege a fost retrimis la comisii în februarie **2013**, acesta a ajuns din nou pe ordinea de zi a deputaților la începutul lunii iunie.

Dacă salariatul nu era găsit acasă, plata indemnizației înceta:

Pentru a beneficia de concediul medical și indemnizația pentru incapacitate temporară de muncă, potrivit OUG nr. 158/2005, salariații trebuie să îndeplinească în mod cumulativ **două condiții:**

- să aibă un stagiu minim de cotizare de o lună în ultimele 12 luni anterioare lunii pentru care se acordă concediul;
- să prezinte adeverința de la plătitorul de indemnizații din care să reiasă numărul de zile de concediu de incapacitate temporară de muncă avute în ultimele 12 luni (excepție fac urgențele medico-chirurgicale sau bolile infectocontagioase din grupa A).

Înainte de aceste modificări mai exista și o **a**

continuare în pag. 19

Femeia de fier (II)

de Dave Cameron

Știința ajută o tânără tetraplegică din Noua Scoție (Canada) să se pună pe picioare.

În momentul accidentului, Amy trebuia să înceapă un curs de pompieri voluntari. Era de asemenea înscrisă și la un program local de mecanică auto. Toate proiectele sale au fost abandonate. Ea a fost necăjită anul următor când Ian a primit o pedeapsă de trei ani cu suspendare (libertate supravegheată). "Nu pot face nimic, declara ea jurnaliștilor, în acea zi din fotoliul său rulant. Eu sunt într-o închisoare."

Amy a ridicat din umeri când i s-au amintit cuvintele rostite atunci. "Sunt mult mai fericită acum, decât atunci", spune aceasta. Ea a mai adăugat cu o ironie în glas că Ian iese rareori afară. Recent, cei doi au început să-și vorbească la telefon. Amy l-a iertat și speră că ea reprezintă ceva pentru el. Îți este el prieten? "De fapt, eu nu am prieteni", schițând un zâmbet, parcă pentru a neutraliza acest gând: "Prefer ca problema mea să rămână în familie."

Frățietatea lui Amy, care cuprinde o soră și patru frați, îi hrănește determinarea. "Am terminat prin a-mi accepta condiția și am început să-mi utilizez energia pozitivă care mă înconjoară pentru a mă vindeca." Ea se crede tare ca fierul și speră ca va putea merge din nou într-o zi fără ajutor, toate acestea ca și doamna Wong, care pare convinsă de acest lucru. "Vor mai fi decepții, dar vom termina totul cu bine", spune și mama lui Amy.

FootPrints beneficiază de unul dintre cele trei Ekso care se găsesc în Canada și dintre cele 60 care există în lume. Celelalte două se află unul într-un centru de readaptare de la London, în Ontario și celălalt la Vancouver, în Columbia Britanică. Când ministrul apărării al Statelor Unite ale Americii căuta o posibilitate să ajute pe soldații care trebuiau să transporte mari greutăți pe distanțe lungi, Berkeley Bionics îi propunea în anul 2008 dispozitivul inventat de ei, care ajuta la purtarea de greutăți, conceput pentru a fi utilizat de oameni. Acesta era confecționat dintr-un aliaj de titan care permitea persoanei în cauză să transporte până la 90 kg. pe orice fel de teren. După ce licența de la HULC a fost acordată lui Lockheed Martin, Berkeley - devenit Ekso Bionics în 2011 - a reînceput concepția de roboți portabili, cu scopul de a ajuta pe oamenii care suferă de probleme de mobiliate, să se poată ține drepți în picioare, să meargă și să se așeze fără un ajutor din afară. Marlene căutând și citind materialele des-pre aparatele funcționale destinate celor paralizați, a putut astfel să-l descopere pe Ekso. "Am știut imediat că așa ceva ne trebuie și nouă."

Aparatul îi putea permite lui Amy să-și simtă părțile corpului în spațiu. Aceasta se numește "proprioceptie". Pentru doamna Macievich, proprioceptia face parte din "nenumăratele procese" care țin de sine într-un corp sănătos. Pentru majoritatea dintre noi, coborârea unei scări sau mersul pe stradă, nu este un act gândit. "Suntem bombardați de retroacțiuni senzoriale, confirmă doamna Macievich. Corpul nostru nu se oprește din calcule, chiar și atunci când este ocupat cu altceva." Ea recunoaște că Ekso este o minune, dar în fond, el se limitează în a reproduce mișcările de bază ale mersului. Amy a rămas foarte inpresionată de mașină.

Din fotoliul său rulant, Amy examinează acest produs al geniului robotic costând 110.000 $, al cărui sac cu baterii era pus pe bancă iar gambele mecanice suspendate. Ekso era ca un necunoscut care îi oferea câte ceva familiar, ceva care rămâne în memoria sa. Dar este deasemenea și un obiect curios: un echipament al viitorului care încarnează necunoscutul și care duce spre noi perspective. Dacă Ekso ar avea doi ochi, ar putea să se privească reciproc și să o întrebe din priviri: Pregătită pentru un nou tur?

A doua zi grupul s-a deplasat la câteva străzi mai departe, în centrul comunitar din Windsor. Acolo era mult mai ușor să se deplaseze fără să fie împiedicată de covoare și era și o sală mult mai mare. Amy era odihnită și avea o bună dispoziție. Material sportiv era depozitat lângă o gură de incendiu și fata a observat cercurile frumos colorate aflate deasupra. "Aș putea să rotesc aceste cercuri în jurul mijlocului cu ajutorul lui Ekso? " se gândea Amy în sinea ei.

Directoarea responsabilă cu agrementul de la primăria orașului a promis că o să revină cu un aparat de fotografiat pentru a face fotografii pe care să le publice în jurnalul primăriei. Orașul Windsor (3.705 locuitori) a organizat o strângere de fonduri pentru a ajuta la plata lui Ekso. Astfel familia lui Amy a putut să verse un depozit de 12.000 $ iarna trecută. Cu încă cei 90.000 $ pe care i-a împrumutat de la bancă, aparatul reprezintă o mare investiție pentru aceștia.

Amy s-a mutat din fotoliul rulant pe bancă. Doamna Macievich a legat-o de Ekso, iar doamna Wong i-a prins receptorii. Aparatul parcă a suspinat când a ajutat pe tânără să se pună pe picioare.

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

Amy a făcut cu încredere câteva ture de sală, dar mai are încă unele dificultăți în a ține cârjele pe linia axei de deplasare motorizată. Două ore mai târziu, ea făcuse deja 773 de pași, față de 554 cu o zi înainte. Însă unele victorii nu sunt întotdeauna însoțite de un sentiment de triumf. Când avansa fără dificultăți cu echipamentul, Amy se gândea la un robot din filme - inconștient de obstacolele pe care le avea în față, programat pentru a atinge obiectivul prin toate mijloacele posibile. Așa modern cum pare, aparatul nu-i putea garanta fetei că la sfârșitul săptămânii va depăși 4.000 de pași. Amy nu este decât un om și Ekso nu este decât o mașină. Este un parteneriat fragil. "Vreau să-l perfecționez, dar știu că pentru aceasta voi avea nevoie de timp", spune tânăra.

O pană de curent a apărut ca din senin pe când ea făcea o tură de pistă. Luminile de securitate de deasupra ușilor s-au aprins, iar razele de soare care pătrundeau prin micile ferestre aflate la înălțime desenau parcă niște foi de hârtie pe podea. Concetrația i-a fost pusă la încercare în această situație, însă doamna Macievich a menținut mâinile apăsate pe umerii tinerei și a însoțit-o la fiecare pas cu niște cuvinte simple. "Bine, bine, bine". Amy nu avea altă posibilitate decât să înainteze pentru a termina cu bine plimbarea din ziua respectivă.

-sfârșit-

Sursa : Selection.ca - decembrie 2014
Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat....

Relațiile - între virtual și real!

„Dragostea să fie fără prefăcătorie. Fie-vă groază de rău, și lipiți-vă tare de bine. Iubiți-vă unii pe alții cu o dragoste frățească. În cinste, fiecare să dea întâietate altuia." Romani 12.9-10

Trăim într-o lume în care cele mai multe relații sunt construite pe nisip, datorită virtualului unde ai multe necunoscute. Același lucru se poate întâmpla și în realațiile reale când nu acorzi timp suficient pentru cunoaștere. Lipsa comunicării față în față duce la o înstrăinare a celor două persoane care sunt într-o relație de prietenie. Comunicarea reală, față în față, se transformă automat în în una virtuală, la distanță, și înstrăinarea e inevitabilă, pentru că au pierdut esența vieții reale trăită stând unul lângă celălat. Relațiile reale, întemeiate pe stâncă, sunt mult mai solide și dau o siguranță în plus față de relațiile virtuale care sunt foarte fragile, întemeiate pe nisip.

Tehnologia extrem de avansată care se dezvoltă zilnic ne transformă scrisorile în mesaje SMS, e-mailuri sau sesiuni de chat pe rețelele sociale, care au efect asupra conversațiilor față în față, astfel că și acestea din urmă ajung să devină rânduri scrise într-o fereastră de messenger. Rețelele sociale, deși ne ajută să stabilim legături, nu satisfac în totalitate nevoile noastre sociale și nu reprezintă un înlocuitor pentru prezența fizică a cuiva. Mijloacele tehnologice ne privează de experiența personală, intimă a conexiunilor sociale, de modul în care celălalt se mișcă, gesticulează, păstrează contactul vizual (toate elementele limbajului trupului) și până la modul în care pronunță cuvintele sau folosește anumite tonalități ale vocii, pauzele – toate „vorbesc" despre noi, despre stările noastre interioare și contribuie la înrădăcinarea tot mai profundă a legăturilor sociale.

Un infografic realizat de Maps of The World dezvăluia cum 41% dintre oameni preferă să își petreacă timpul în lumea virtuală, în loc să iasă cu prietenii. Alte statistici arată tendințe îngrijorătoare când vine vorba de modul în care internetul și rețelele de socializare ne transformă în persoane anti-sociale. The Sun nota că aproximativ 23% dintre britanici intră pe Twitter de peste 10 ori pe zi, iar mai mult de jumătate dintre respondenți își verifică conturile de pe rețelele sociale în timpul cinei. Activitățile online pe aceste rețele nu sunt un substitut pentru comunicarea în viața reală, față în față.

Psihologul Sherry Turkle explică că relaționarea online nu ajută la cunoașterea și înțelegerea profundă a celuilalt. O conversație virtuală nu are ton, nu are nuanță, lucru care o face ușor distantă sau rece. Discuțiile online se bazează pe promptitudine, pe dorința de a primi replica instant, motiv pentru care există riscul de a duce subiectele și întrebările conversaționale spre o abordare mult mai simplistă și mai puțin profundă. Iar tendința de a gândi tot mai simplist poate fi și un efect al întrebării simple ce apare în căsuța de update a statusului pe Facebook: „What's on your mind?" (La ce te gândești?). Probabil mintea îți zboară către zone profunde, dar nu le poți împărtăși pe „peretele" Facebook. Sunt gânduri mult prea personale pe care nu ai încredere să le dezvălui sutelor de prieteni din rețea. Turkle mai spune că în viața virtuală avem posibilitatea de a ne proiecta imaginea despre sine exact așa cum ne dorim. Paragrafele din e-mail pot fi șterse ori cosmetizate, un status poate fi editat, o poză retușată. În schimb, conversațiile din viața reală sunt mai greu de controlat, cuvintele nu pot fi retrase, șterse cu tasta Delete a niciunei tastaturi. Odată rostite cuvintele, acestea rămân spuse.

Discuțiile față în față ne deschid orizontul spre mai multe unghiuri și ne pot ajuta să învățăm să stăpânim arta conversației, să avem răbdare, ne ajută să ne cunoaștem între noi ca persoane, să ne descoperim, să ne atingem, să observăm gesturi și mimică, să înțelegem nuanțele prin analiza paralimbajului celuilalt. Rețelele sociale ne pot ajuta să păstrăm legăturile cu ceilalți. Relațiile profunde de prietenie și cu familia sau cu partenerul de viață, trebuie consolidate în plan real. Este extrem de important să îți aloci câteva momente în care să te deconectezi total de lumea virtuală și să îți petreci timp alături de cei care contează pentru tine, chiar dacă uneori ți se pare că a trimite un mesaj pe telefon este mult mai comod și mai convenabil decât a parcurge drumul până la casa celui mai bun prieten pentru o plimbare. (Semnele Timpului)

Dumnezeu a vorbit față către față prin Fiul Său. Domnul Isus Hristos a avut un contact direct, personal cu ucenicii și cu ceilați oameni. El este exemplul suprem pentru noi toți. Noi suntem chemați să facem la fel ca Domnul Isus pentru a avea relații frumoase, de cea mai bună calitate.

Analiza și decizia de avea relații minunate stă în mâinile noastre. Noi ce vom alege în final: să avem relații virtuale fragile sau relații reale, solide???!!!

-sfârșit-

Mircea Costel Bratosin – Redactor Revista Împreună /
Director Relații Publice / P.R. Manager Asociația "Ridică-te și umblă" România

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 1 a lunii de apariție a revistei.

Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespondeze:

Joițoiu Marian – Plosca (Teleorman)

Mă numesc Joițoiu Marian, am 27 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete și băieți de vârstă apropiată, din întreaga țară. Pot fi contactat la 0785-710466

Gabriel

Mă numesc Gabriel, am 36 de ani, 1,65 m, 73 kg, nevăzător gr. 1, sunt creștin adventist, doresc să cunosc o fată serioasă, realistă, credincioasă, adventistă și să mă accepte așa cum sunt. Pentru căsătorie. 0742-919482 sau 0763-847316

Bianca

Numele meu este Ilban Bianca, am 27 ani, 140 cm, 40 kg, loc. Satu Mare, jud. Satu Mare. Cu grad accentuat. Îmi caut jumătatea. Să nu fumeze, să nu bea, să nu mintă și să fie din apropierie. Tel. 0752-933951. Nu răspund la bip.

Vasile

Mă numesc Vasile, am 46 ani, sunt creștin ortodox, sunt nevăzător, am locuință proprie și pentru prietenie / căsătorie. Doresc să fie creștină ortodoxă. 0760-528180; 0748-057515

Deaconescu Adrian Dorel

Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 54 ani, am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu aceeași dizabilitate, gr. 2, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad sau împrejurimile acestor județe, precum și zona Transilvaniei. 0742-177605.

Fănel

Sunt Fănel Mirel, am 39 de ani, sunt nevăzător, sunt din com. Răsuceni, jud. Giurgiu, și doresc să cunosc o fată cu dizabilități pentru căsătorie. Pot fi contactat la 0761-799705

Petruț

Mă numesc Zaharia Petruț, sunt din Brașov și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. 0748-432533.

Sorin

Sunt Sorin de la Gherghița, am 47 de ani, sunt penticostal și doresc să port corespondență cu fete și băieți din toată țara și m-aș bucura dacă vreo soră, cam de aceeași vârstă, ar dori prietenie, eventual căsătorie. 0730-145717.

Mitică

Creștin adventist, jud. Bacău, 40 de ani, doresc să cunosc o fată adventistă, de vârstă apropiată, pentru prietenie / căsătorie. 0743-953880.

Lăcătușu Laurențiu Răzvan

Mă numesc Lăcătușu Laurențiu Răzvan, din Bacău, singur, creștin ortodox. Sunt o persoană cu handicap grad 1, parapareză spastică, mă deplasez și cu sprijin bilateral. Doresc să cunosc o femeie singură pentru o relație de prietenie care să ducă la căsătorie, cu vârsta cuprinsă între 25 și 40 de ani, cu mult suflet. Mă puteți contacta la telefon 0742-020541. Rog seriozitate maximă.

Mariana

Mă numesc Neacșu Mariana, 37 ani, 1,68 m, 75 kg, handicap nervos gr. 2 (mai iau puțin tratament), fără vicii și fără obligații, fac orice în gospodărie și în casă. Doresc căsătorie cu cineva tot cu mic handicap, gr. 2, fără vicii și obligații, cu suflet bun și înțelegător, să se deplaseze singur, să locuiască la mine. De preferat Craiova sau Dolj. Tel. 0351-409381.

Nicușor

Mă numesc Avram Nicușor, am 22 de ani, și aș vrea să cunosc mai multe fete din țară, cu numele de Andreea. Pentru mai multe detalii despre mine, mă puteți contacta la următoarele numere de tel.: 0757-546996; 0747-914862 și pe facebook avramnicusor-celmaicinstitbaiatdinlume, vedeți că la profilul meu de facebook veți găsi o poză în care sunt cu ochelari la ochi și mă joc pe un laptop. Dacă nu răspund, sau nu este semnal, vă rog frumos să-mi lăsați un mesaj vocal, în care să vă spuneți numele, iar eu vă voi contacta ăn cel mai scurt timp. De asemenea, vă aștept să ne împrietenim și pe Facebook.

Stelian

Stelian, 35 ani, 1,75 m, 80 kg, tel. 0733-186996 și 0787-814506 și 0756-484156.

Palade Ioan Corneliu

Sunt Corneliu din județul Bacău, de la țară, doresc să cunosc o doamnă în vederea căsătoriei. Aș vrea să aibă vârsta între 35 - 60 ani, să fie săracă, să mă iubească așa cum sunt. Când e vorba de dragoste, nu sunt interese, și ținând cont că Dumnezeu este dragoste, ce a unit Dumnezeu omul să nu despartă. Numărul meu este 0760-718307. Nu sunați cu număr privat că nu răspund. De asemenea, doresc să comunic cu oricine dorește, despre lucruri interesante, să ne spunem ideile unii altora.

Gigel

Bună, mă numesc Gigel, am 36 ani, sunt gr. 1, doresc o relație serioasă. Care dorește, mă poate găsi la nr. 0732-548699.

Ștefan

Ștefan, 40 ani, 1,60 m, 52 kg, handicap gradul 2, caut o fată cu handicap gradul 2-3, cu vârsta între 28-43 ani, pentru o relație de prietenie / căsătorie, din țară sau București. Cine dorește să mă contacteze la nr. tel. 0726-968570.

Mihai

Mihai, din jud. Botoșani, 45 ani, fără defect fizic, caut pentru prietenie / căsătorie o doamnă de vârstă apropiată, din județ sau limitrofe. Tel.: 0751-888238

Radu

Am 32 ani, sunt singur și caut o fată serioasă care să Îl caute pe Dumnezeu și care să-și dorească să întemeieze o familie. 0743-045539.

Constantin

Mă numesc Bălan Constantin, sunt nevăzător, am 41 de ani, necăsătorit, doresc să cunosc o doamnă care să aibă locuință proprie, să nu aibă vicii, să mă accepte și să ne susținem reciproc, pentru căsătorie. 0762-929910

Neluțu

Mă numesc Neluțu, caut o fată pentru căsătorie. Locuiesc în Aida Mare, jud. Covasna. 0736-947871 și 0747-425712.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

continuare din pag. 15

treia condiție: angajații **să fie prezenți la domiciliu** între anumite ore ale zilei, pentru a putea fi verificați de către reprezentanții plătitorilor de indemnizații de asigurări sociale de sănătate.

Prin urmare, în situația în care casele de asigurări de sănătate primeau **sesizări**, se puteau face verificări la domiciliul salariaților aflați în incapacitate temporară de muncă.

"Verificarea prezenței asiguraților aflați în incapacitate temporară de muncă la adresa de domiciliu sau la reședința indicată se efectuează de către plătitorii de indemnizații, însoțiți, dacă este cazul, de un reprezentant al poliției, avându-se în vedere programul individual de recuperare recomandat de catre medicul specialist. Verificarea prezenței asiguraților nu va afecta drepturile si libertățile cetățenești garantate de Constituția României", scria în actul normativ amintit.

După cum se arată în normele pentru aplicarea ordonanței de urgență, verificarea prezenței la domiciliu putea fi făcută doar **între intervalele orare 8:00-11:00, 12:00-17:00 si 18:00-20:00.** Dacă angajații **nu** erau găsiți acasă sau dacă aceștia pur și simplu **refuzau** verificarea prezenței, plata indemnizației aferente concediului medical înceta de la data constatării faptului de către autorități.

Important! În urma verificării se încheia un proces-verbal de constatare ce putea fi contestat în **30 de zile** de la data comunicării către salariați.

Indemnizația pentru concediul medical se acordă pentru maximum 183 de zile

Indemnizația pentru incapacitate temporară de muncă poate fi acordată **pentru cel mult 183 de zile într-un an,** scrie în OUG nr. 158/2005, iar durata se socotește din prima zi de îmbolnăvire.

Indemnizația este acoperită atât din banii angajatorului, cât și din Fondului național unic de asigurări sociale de sănătate, după cum urmează:

- **de către angajator:** din prima și până în a cincea zi de incapacitate temporară de muncă;
- **din bugetul Fondului național unic de asigurări sociale de sănătate:** începând cu a șasea zi și până la data încetării incapacității temporare de muncă sau a pensionării salariatului.

În altă ordine de idei, în cazul anumitor boli, conform OUG nr. 158/2005, durata de acordare a concediului și a indemnizației pentru incapacitate temporară de muncă este mai mare și se diferențiază astfel:

- un an, în intervalul ultimilor doi ani, pentru tuberculoză pulmonară și unele boli cardiovasculare;
- un an, cu drept de prelungire până la un an și șase luni de către medicul expert al asigurărilor sociale, în intervalul ultimilor doi ani, pentru tuberculoză meningeală, peritoneală și urogenitală, inclusiv a glandelor suprarenale, pentru SIDA și neoplazii, în funcție de stadiul bolii;
- un an și șase luni, în intervalul ultimilor doi ani, pentru tuberculoză pulmonară operată și osteoarticulară;
- șase luni, cu posibilitatea de prelungire până la maximum un an, în intervalul ultimilor doi ani, pentru alte forme de tuberculoză extrapulmonară, cu avizul medicului expert al asigurărilor sociale.

Important! Medicul poate să propună **pensionarea de invaliditate** dacă bolnavul nu este recuperat atunci când expira duratele de acordare a indemnizației pentru incapacitate temporară de muncă. Însă, în situații motivate de posibilitatea recuperării, medicul poate propune și prelungirea concediului medical peste limita de 183 de zile, pentru a menține salariatul în activitate și a evita pensionarea.

-sfârșit-

sursa: www.avocatnet.ro

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice", tel. 0247-313041 și 0748-137997

„Bunătatea este limbajul
pe care surdul îl poate auzi
și orbul îl poate vedea.”
Mark Twain

PĂZEȘTE-MĂ, ISUSE!

Păzește-mă, Isuse, de mândrie,
Nu vreau să-mi stăpânească inima,
În tot ce sunt, gândesc și fac, o, Doamne,
Vreau să se vadă veșnic Slava Ta.

Păzește-mă, Isuse, de-ngânfare,
Pe toți vreau să-i privesc mai sus de mine,
Și-atâta timp cât voi trăi sub soare
Să nu cred că ceva mi se cuvine.

Păzește-mă, Te rog, de vrăjmășie,
Nu vreau să știu și să cunosc ce-i ura,
Iubirea Ta eu vreau s-o port în suflet,
Să-mi stăpânească pentru veci făptura.

Păzește-mă, Te rog, de nepăsare,
Să nu privesc cum nimicește moartea,
Căci fiecărui om i-ai dat valoare,
Și să-i ajut să Îți cunoască Cartea.

Păzește-mă, să nu fiu egoistă,
Să nu cred că contez în toate eu,
Ci Tu să îmi fii, Doamne, a mea țintă,
Și să trăiesc spre Slava Ta mereu!

Burlacu Aida – Florentina
Piatra - Teleorman

„Visează
ca și când ai trăi
pentru totdeauna,
trăiește
ca și când ai muri azi.”
James Dean

ÎMPREUNĂ